

Зачем нужны терапевтические сказки?

— Вы хотите получше узнать своего ребенка?

— Вы хотите стать ребенку ближе, сделать так, чтобы у вас получалось лучше понимать друг друга?

— Вам кажется, что у вашего ребенка есть проблемы и трудности в поведении, общении и других сферах жизни?

— Вам хочется развлечь своего ребенка так, чтобы это приносило пользу?

Рассказывание сказок — древнейший способ человеческого общения и, пожалуй, один из наиболее подходящих детям.

Так пишет про это известный психолог и психотерапевт Д. Бретт. «Нам, взрослым, следует помнить, что, если мы хотим научить ребенка чему-либо или передать ему какую-то важную мысль, нужно делать так, чтобы это было узнаваемо и понятно. Если мы хотим объяснить что-то сложное французу, то, разумеется, преуспеем в этом больше, если будем говорить на французском языке. Общаясь с детьми, старайтесь говорить с ними на языке, который им понятен и на который они лучше отзываются,— на языке детской фантазии и воображения. Рассказы, в особенности сказки, всегда были самым эффективным средством общения с детьми.

Сказки играют исключительно важную роль в развитии детей, так как они помогают им преодолеть тревоги и конфликты, с которыми приходится сталкиваться.

В сказках поднимаются важные для детского мировосприятия проблемы. В сказках противопоставляется добро и зло, альтруизм и жадность, смелость и трусость, милосердие и жестокость, упорство и малодушие. Они говорят ребенку, что мир — очень сложная штука, что в нем есть немало несправедливостей, что страх, сожаление и отчаяние — в такой же степени часть нашего бытия, как радость, оптимизм и уверенность. Но самое главное — они говорят ребенку, что если человек не сдастся, даже когда положение кажется безысходным, если он не изменит своим нравственным принципам, хотя искушение и манит его на каждом шагу, он, в конце концов, обязательно победит.

Слушая рассказы и сказки, дети невольно находят в них отголоски своей собственной жизни. Они стремятся воспользоваться примером положительного героя в борьбе со своими страхами и проблемами. Кроме того, рассказы и сказки вселяют в ребенка надежду, что чрезвычайно важно.

Дети постоянно сталкиваются с проблемами, схожих с которыми нет во «взрослом» мире. Даже если они и встречаются — все равно наши способы решения бесполезны для них. Объяснения и увещания отлетают «как от стенки горох» — не правда ли знакомая картина? В результате дети, мышление которых подчас предельно однозначно («да—нет», «плохо—хорошо») приходят к выводу о том, что вы им помочь не можете.

Иногда взрослый, желая что-то подсказать ребенку «по жизни» или просто выразить свои чувства, не может найти для этого подходящих слов, не знает, как можно дать понять ребенку, что он не оставлен «один на один» со своими проблемами.

Что могут дать терапевтические сказки детям?

Во-первых, они рожают у ребенка ощущение, что вы его понимаете, что вас интересуют его проблемы, что вы не «стоите в стороне», а готовы оказать посильную помощь. Реакция ребенка на эти истории может оказаться для него единственным способом, которым он «откроет» вам свою душу, расскажет о своих трудностях.

Во-вторых, в результате работы с «помогающими» историями у детей формируется «механизм самопомощи». Они усваивают такой подход к жизни: «ищи силы для разрешения конфликта в себе самом, ты их обязательно найдешь и наверняка победишь трудности». Таким образом, они начинают следовать основной идее наших историй: «в сложной ситуации необходимо искать ресурсы внутри самого себя, и это обязательно приведет к успеху».

В-третьих, истории представляют детям россыпи возможных вариантов выхода из сложнейших жизненных ситуаций. Они показывают детям, что выход есть всегда, надо только внимательно посмотреть, поискать — и окончание обязательно будет счастливым.

Обычно сказки делятся на три возраста: дошкольного, младшего школьного и подросткового. Это деление во-многом условно. Для вас основным критерием должен служить интерес ребенка к сказке и его живая реакция, отклик на события, описываемые в ней. Если он присутствует — сказка «идет».

В сказочных историях можно выделить четыре группы тем, которые они поднимают.

1. Трудности, связанные с общением (со сверстниками и родителями).
Это естественные для каждого ребенка конфликты, противоречия, обиды и пр., возникающие в детском саду, в школе, дома и на улице.
2. Переживание ощущения себя человеком, у которого «что-то не так».
Чувство неполноценности. Практически все агрессивное поведение — результат ощущения собственной «малозначимости» и попытка таким способом доказать обратное. Ребенок, досаждающий вам и другим детям и тем самым демонстрирующий собственное Я, часто ощущает себя гораздо более неполноценным, чем ребенок, кажущийся слабым и «забитым».
3. Страхи и тревоги по самым различным поводам.
Здесь самое важное не то, чего именно ребенок боится, а то, как он боится. Если он использует страхи для саморазвития, преодолевает их и на этом учится жизни — все в порядке. Если страх «тормозит» развитие, концентрируя на себе все внимание ребенка — тогда требуется помощь. Еще надо помнить, что дети, отчаянно отстаивающие то, что они ничего не боятся, как раз и боятся-то больше всего. Просто они даже боятся признаться себе в своем страхе.
4. Проблемы, связанные со спецификой возраста.
Каждый возраст приносит ребенку новые трудности. Дошкольник сталкивается с тем, что ему нужно научиться обходиться одному, без мамы, научиться быть самостоятельным. Дальше ребенок идет в школу — и оказывается под ворохом самых разных трудностей, связанных с учебой. Подросток же встречается с необходимостью утвердить себя как самостоятельную личность.